español

Esenciales: hojas informativas de fácil lectura

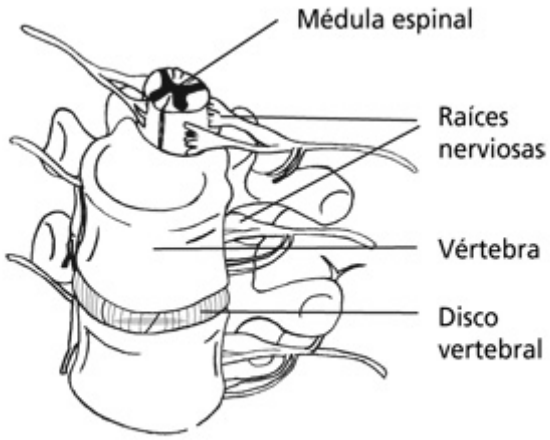
¿Qué es la estenosis espinal?

La estenosis se refiere a la estrechez de un conducto, en este caso es la estrechez del canal espinal.

La columna vertebral, también llamada espina dorsal, es la responsable de que usted pueda pararse derecho y que pueda doblarse. La columna está compuesta de 26 huesos (vértebras) todos en una fila a lo largo de la espalda, y también protege a la médula espinal de posibles daños. Cuando una persona tiene estenosis espinal, significa que el espacio en los huesos de la columna vertebral se ha estrechado en una o más de tres partes, ya sea:

- El espacio en el centro de la columna vertebral
- Los canales por donde salen los nervios
- El espacio entre las vértebras (los huesos de la columna).

La estrechez en el canal pone presión a la médula espinal y a los nervios lo que puede causar dolor.



Sección de la columna vertebral

¿Quién tiene estenosis espinal?

La estenosis espinal es más común en los hombres y mujeres mayores de 50 años. Otros que pueden tener estenosis espinal son los jóvenes que nacieron con un canal espinal estrecho o los que se han lesionado la columna vertebral.

Departamento de Salud y Servicios
Humanos de los EE.UU.
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculoesqueléticas y de la Piel
Institutos Nacionales
de la Salud
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892–3675

Teléfono: 301–495–4484
Llame gratis: 877-–22–NIAMS
TTY: 301–565–2966
Fax: 301–718–6366
Correo electrónico:
NIAMSinfo@mail.nih.gov
Sitio web: www.niams.nih.gov

Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculoesqueléticas y de la Piel

¿Cuál es la causa de la estenosis espinal?

Envejecimiento

Los cambios que ocurren en la columna vertebral durante el envejecimiento son la causa más común de la estenosis espinal. El envejecimiento puede causar que:

- Las bandas de tejido que apoyan la columna vertebral se vuelvan gruesas y duras
- Los huesos y las articulaciones aumenten de tamaño
- Se generen abultamientos en las superficies de los huesos (que se llaman espolones).

Artritis

En algunos casos, la artritis (una condición degenerativa que empeora con el tiempo) puede causar la estenosis espinal. Dos formas de artritis que pueden afectar la columna vertebral son la osteoartritis y la artritis reumatoide.

La osteoartritis:

- Es la forma más común de artritis
- A menudo ocurre en personas de mediana edad o de edad avanzada
- No desaparece
- Puede afectar varias articulaciones del cuerpo
- Desgasta el tejido que sirve de almohadilla entre las articulaciones (cartílago)
- Causa espolones y problemas con las articulaciones.

Artritis reumatoide:

- La mayoría de las personas afectadas son más jóvenes que quienes tienen osteoartritis
- Causa hinchazón del tejido blando de las articulaciones y puede afectar los órganos y sistemas internos
- No es una causa común de la estenosis espinal
- Puede causar daño severo, especialmente a las articulaciones.

Condiciones hereditarias

Algunas personas nacen con condiciones que causan la estenosis espinal. Por ejemplo, algunas personas nacen con un canal espinal estrecho. Otros nacen con una curvatura en la columna vertebral (escoliosis).

Otras causas

Otras causas de la estenosis espinal son:

- Tumores de la columna vertebral
- Lesiones
- Enfermedad ósea de Paget (una enfermedad que afecta los huesos)
- Demasiado fluoruro en el cuerpo
- Depósitos de calcio en los ligamentos a lo largo de la columna vertebral.

¿Cuáles son los síntomas de la estenosis espinal?

Puede que no tenga síntomas de estenosis espinal, o puede que los síntomas aparezcan lentamente y empeoren con el tiempo. Las señales de la estenosis espinal incluyen:

- Dolor en el cuello o espalda
- Adormecimiento, debilidad, calambres, o dolor en los brazos o las piernas
- Dolor que baja por la pierna
- Problemas con los pies.

Existe un tipo de estenosis espinal que es muy grave, el síndrome de cauda equino o cola de caballo. Este ocurre cuando hay presión en los nervios de la parte baja de la espalda. Los síntomas pueden incluir:

- Pérdida de control de los intestinos o la vejiga
- Problemas para tener relaciones sexuales
- Dolor, debilidad, o perdida de sensación en una o ambas piernas.

Si usted tiene cualquiera de estos síntomas, debe llamar a su médico inmediatamente.

¿Cómo se diagnostica la estenosis espinal?

Para diagnosticar la estenosis espinal, su médico le preguntará acerca de su expediente médico y le hará un examen físico. Su médico también puede ordenar una o más pruebas, tales como:

- Radiografías
- Imagen de resonancia magnética (IRM) —una prueba que usa ondas electromagnéticas para ver la columna vertebral
- Tomografía axial computarizada (TAC) —una serie de radiografías que le da al médico una imagen detallada de la columna vertebral.

- Mielograma —una prueba en la que el médico inyecta un tinte líquido en la columna vertebral
- Gammagrafía ósea —una prueba en que se le inyecta una sustancia radioactiva que muestra dónde el hueso se está quebrando o se está formando.

¿Quién trata la estenosis espinal?

Debido a que la estenosis espinal tiene muchas causas y síntomas, usted podría necesitar varios tratamientos con médicos que se especializan en ciertos aspectos de esta condición. Según sus síntomas, su médico puede referirle a:

- Reumatólogos (médicos que tratan la artritis y condiciones relacionadas)
- Neurólogos y neurocirujanos (médicos que tratan las enfermedades del sistema nervioso)
- Cirujanos ortopédicos (médicos que tratan problemas con los huesos, articulaciones y ligamentos)
- Fisioterapeutas.

¿Cuáles son algunos de los tratamientos que no requieren cirugía para tratar la estenosis espinal?

Existen varios tipos de tratamientos para la estenosis espinal que no requieren de cirugía. Su médico puede recetarle:

- Medicamentos para reducir la hinchazón
- Medicamentos para aliviar el dolor
- Límites en sus actividades
- Ejercicios y/o fisioterapia
- Un corsé ortopédico para la parte baja de la espalda.

¿Cuándo se debe considerar una cirugía?

Su médico probablemente le sugerirá primero que intente con tratamientos que no requieren cirugía; a menos que usted tenga:

- Síntomas que le impidan caminar
- Problemas con las funciones de los intestinos o la vejiga
- Problemas con el sistema nervioso.

Su médico tomará en consideración varios factores antes de decidir si una cirugía es lo mejor para usted. Estos factores incluyen:

- El éxito que se haya logrado con los tratamientos que no requieren cirugía
- El grado de dolor
- Las preferencias que usted tiene.

¿Cuáles son algunos tratamientos alternativos para la estenosis espinal?

Los tratamientos alternativos son aquellos que no forman parte del tratamiento estandarizado. Para la estenosis espinal, estos tratamientos incluyen tratamiento quiropráctico y de acupuntura. Se necesitan más investigaciones acerca de la validez de estos tratamientos. Su médico puede sugerirle que siga otros tratamientos alternativos además del tratamiento estandarizado.

¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la estenosis espinal?

Los científicos intentan contestar ciertas preguntas sobre la estenosis espinal incluyendo:

- ¿Qué tratamiento es más efectivo para tratar la estenosis espinal, la cirugía u otros tratamientos?
- ¿Es posible que las imágenes de resonancia magnética ayuden a identificar a quienes deben someterse a una cirugía?

Para más información acerca de la estenosis espinal y otras enfermedades relacionadas, comuníquese con el:

Centro Nacional de Distribución de Información del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)
Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés)
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892–3675
Teléfono: 301–495–4484
Llame gratis: 877–22–NIAMS (877–226–4267)
TTY: 301–565–2966
Fax: 301–718–6366
Correo electrónico: NIAMSinfo@mail.nih.gov
Sitio web: www.niams.nih.gov

Para su información

En esta publicación puede encontrar información sobre los medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de su desarrollo. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio web: www.fda.gov. Si desea información adicional sobre medicamentos específicos, visite Drugs@FDA en www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda. Drugs@FDA es un catálogo dónde puede hacer una búsqueda para los medicamentos aprobados por la FDA.